

Drei Stadien und Vierfaches Lectio Divina

In den ersten Jahrzehnten der Übersetzungstätigkeit aus dem Tibetischen wurden die drei, aufeinander aufbauenden und sich gegenseitig bedingenden *Stadien buddhistischer Lernmethodik* (thös, bsam, sgom) übersetzt mit: Studieren (1), reflektieren oder kontemplieren (2) und meditieren (3). Die Übersetzung sollte eher in Übereinstimmung mit unseren Sprachwurzeln und der monastischen, christlichen Tradition angepasst werden:

- 1. Wissen erwerben durch Lernen** (thos) mittels Studium der Quellentexte und so Verständnis für Zusammenhänge entwickeln.
- 2. Meditation** (bsam) (Latein: meditatio: nachdenken, konzentrieren) entspricht der prüfenden und vergleichenden mentalen Tätigkeit, mit der die kritische Urteilskraft geschärft und Missverständnisse geklärt und werden können. Das Rezitieren von Texten und das formale Debattieren wird ebenso als meditatio angesehen.
- 3. Kontemplation** (sgom) (Latein: beschauen) entspricht der inneren Schau, einem unmittelbaren Erkennen oder Sehen, das über den Denkapparat hinaus eine tiefergehende Einsicht gewinnen kann.

Es besteht eine äußerst interessante Parallele zwischen den *Drei Stadien buddhistischer Lernmethodik* und dem mittelalterlichen *Vierfachen Lectio Divina* (Lat. Göttliche Lesung). Zitat von Johannes vom Kreuz (16.Jh.):

„Suche mit dem Lesen, und du wirst Meditation finden.

‘Klopfe an im Gebet, und es wird dir in der Kontemplation aufgetan.“

Das Lectio Divina wurde über Jahrhunderte von Nonnen und Mönchen praktiziert. Meditatio – die konzentrierte Beschäftigung mit den christlichen Schriften und deren Wurzeln gehen bis ins 3. Jh. n. Chr. zurück.

1. **Lectio**, die rezitative Schriftlesung und die Inspiration, die daraus entsteht samt dem Verständnis, dass Lesen das Denken stimuliert und zur tiefen Bedeutung führt. Lectio wird auch als notwendig angesehen, damit keine Fehler im Hinblick auf Meditatio auftreten.
 2. **Meditatio** wird entsprechend dem Lectio Divina als Vorbereitung für Contemplatio angesehen. Im Gegensatz zur buddhistischen Lernmethodik sind die Heiligen Schriften nicht Gegenstand des Intellektualisierens und Debattierens. Sie werden rezitiert und deren tiefer Sinn durch Meditatio im eigenen Geist reflektiert.
1. **Oratio** (Sprache, Äußerung) wird in der christlichen Spiritualität als ein notwendiger Dialog mit Gott angesehen. In der buddhistischen Methodik hat die Funktion von „Gebet“, die sprachliche Ableitung von „bitten“, einen anderen Stellenwert. Wunschäußerungen (Tib.: mön.lam, Wunschkreis, Skrt.: praṇidhāna, devotionale Praktik) verweisen implizit auf die karmisch-kausale Wirkung auch von mentalen Vorgängen wie Wunschäußerungen.
 2. **Contemplatio** (beschauen) hat die gegenstandslose, innere Schau, das stille Gebet zum Inhalt, das Sehen der Wahrheit, die zuvor nur durch sprachlichen Ausdruck benannt wurde und Gegenstand von Gedanken war.